



## Natürliche Dreifach-Hilfe gegen Burnout

Von *mmv*

Erstellt am 8 Feb 2012 - 12:42

Berlin (8.2.2012). Gegen alles ist ein Kraut gewachsen - auch gegen Burnout? Die heilpflanzliche Dreifach-Kombination Sedariston® hilft Betroffenen - mit beruhigten Nerven, entspanntem Gemüt und neuer Kraft - ihr Leben wieder selbst in die Hand zu nehmen. Damit schafft die traditionell bewährte Heilpflanzen-Kombination - in Sedariston plus aus Baldrian, Johanniskraut und Melisse - das, was Naturheilkunde eigentlich bedeutet: Durch Anregung der Selbstheilungskraft auch neue Möglichkeiten zur Selbsthilfe zu geben.

Das natürliche Arzneimittel setzt auf kraftvolle Arzneipflanzen, um Burnout-Betroffenen ganzheitlich und nebenwirkungsarm zu helfen. So zielt der flauschig wirkende Baldrian (*Valeriana officinalis*) ganz auf Seele und Geist: Seine Wirkstoffe beruhigen das Gemüt und harmonisieren das gesamte Nervensystem. Damit kann sich Nervosität mit der Zeit verringern und auch der Schlaf findet sich wieder ein. Baldrian bringt ebenfalls das Gefühlsleben ins Gleichgewicht - für angenehme Gefühle oder positive Gedanken findet sich wieder Raum. Somit entstehen Chancen für etwas Neues. Die sonnengelb leuchtenden Johanniskrautblüten (*Hypericum perforatum*) weisen unübersehbar auf ihre wesentliche Wirkung hin: Die der Sonne zugewandte Arzneipflanze bringt Licht in die Seele, hebt die Stimmung und lässt frische Tatkraft erwachen. Die kräftig wachsende Melisse (*Melissa officinalis*) entspannt und harmonisiert den Körper. Ihre Wirkstoffe normalisieren Verdauungsfunktionen von Magen und Darm oder führen das Herz zu seinem eigenen, gesunden Rhythmus. Kurzum, die Melisse fördert innere Ruhe und Gelassenheit.

### Heilpflanzen im naturheilkundlichen Sinn

Paracelsus, der große Heilkundige der anbrechenden Neuzeit, sah Heilpflanzen als etwas von Gott Gegebenes an. Der Universalgelehrte stellte für seine Zeit bahnbrechende Überlegungen an: Er prägte den Begriff des "Inneren Archeus", einer Heilkraft, die jedem Menschen innewohnt. Menschen, die körperlich, seelisch oder geistig ins Ungleichgewicht geraten und krank geworden sind, können durch ihren inneren Archeus wieder geheilt werden. Die naturheilkundlich arbeitenden Ärzte und Heilpraktiker nennen dies "Selbstheilungskraft". Kommt diese nicht oder zuwenig zum Zuge - wie bei chronisch Kranken - gibt es viele Möglichkeiten, sie zu stimulieren.

Eine der wichtigsten Möglichkeiten der Naturmedizin ist die Heilpflanzenkunde (Phytotherapie). Diese hat heute bei der Selbstmedikation eine große Bedeutung. Ihre hoch wirksamen und dabei nebenwirkungsarmen Möglichkeiten sind wertvoll für die Selbsthilfe und bieten - im modernen Sinn des Empowerments - viel Unterstützung auch bei Burnout. Dieser psychologische Begriff beschreibt die im Menschen angelegte Fähigkeit, selbstständig und kraftvoll das Schicksal zu gestalten. Sie entspricht genau der klassischen Selbstheilungskraft, wie sie durch die Kraft von Heilpflanzen angeregt werden kann.

### Weitere Informationen

- "Die natürliche Dreifach-Hilfe gegen Burnout" bei .
- Monographien Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte
- "Baldrian" [www.heilpflanzen-welt.de/1985-05-Valerianae-radix-Baldrianwurzel](http://www.heilpflanzen-welt.de/1985-05-Valerianae-radix-Baldrianwurzel) [1]



- "Johanniskraut" [www.heilpflanzen-welt.de/1984-12-Hyperici-herba-Johanniskraut](http://www.heilpflanzen-welt.de/1984-12-Hyperici-herba-Johanniskraut) [2]

- "Melisse" [www.heilpflanzen-welt.de/1984-12-Melissae-folium-Melissenblaetter](http://www.heilpflanzen-welt.de/1984-12-Melissae-folium-Melissenblaetter) [3]

Steiner & Co. Deutsche Arzneimittelgesellschaft mbH & Co. KG

Wallenroder Straße 8-10, D-13435 Berlin

eMail: [info@steinerarznei-berlin.de](mailto:info@steinerarznei-berlin.de) [4]

Internet: [www.steinerarzneimittel.de](http://www.steinerarzneimittel.de) [5]

Presse:

mMv - multi MED vision - Berliner Medizinredaktion

Sigismundstraße 5

10785 Berlin

Telefon 030 - 806 136 - 79

Telefax 030 - 806 136 - 80

eMail: [mmv@berlin.de](mailto:mmv@berlin.de)>

- [Gesundheit und Vorsorge](#)

**Quellen URL (aufgerufen am 31 Dez 2020 - 01:20):** <http://medkom24.eu/node/15753>

### Links:

[1] <http://www.heilpflanzen-welt.de/1985-05-Valerianae-radix-Baldrianwurzel>

[2] <http://www.heilpflanzen-welt.de/1984-12-Hyperici-herba-Johanniskraut>

[3] <http://www.heilpflanzen-welt.de/1984-12-Melissae-folium-Melissenblaetter>

[4] <mailto:info@steinerarznei-berlin.de>

[5] <http://www.steinerarzneimittel.de>